



1 月 の 給 食



社会福祉法人 今川学園
今川学園 園長 篠瀬 実千

献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	
1	金						18	月	ご飯 鶏肉の昆布茶焼き 高野豆腐の煮物 うす揚げとかぼちゃのみそ汁	米 鶏肉・昆布茶・酒・あられ 高野豆腐・人参・三度豆・大根・だし・淡口醤油・砂糖・みりん・塩 うす揚げ・かぼちゃ・ねぎ・みそ・だし	星っこ 牛乳	おさかな ソーゼージ	バナナ 幼児牛乳	
2	土	年始休園日						19	火	ご飯 赤魚の煮付け チャプチェ むらくも汁	米 赤魚・生姜・淡口醤油・酒・みりん・砂糖 牛肉・人参・春雨・干し椎茸・ほうれん草・淡口醤油・砂糖・酒・みりん・塩・ごま油 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・えのき・麩・卵・ねぎ・醤油・塩・片栗粉・だし汁	米粉ロール クッキー かぼちゃ味 牛乳	いちご ヨーグルト	ムーンライト 幼児牛乳
4	月							20	水	米粉パン おからナゲット コールスローサラダ クラムチャウダー	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 乾燥おから・豚ひき肉・玉ねぎ・じゃが芋・豆腐・酒・みりん・淡口醤油・塩・片栗粉・油 キャベツ・人参・きゅうり・コーン・フレンチドレッシング ベーコン・ほたて・玉ねぎ・じゃが芋・人参・チャウダーの素・スキムミルク・パセリ	おかか せんべい 牛乳	ミニゼリー	きつねおにぎり (米・うす揚げ・ 醤油・砂糖・だし・白ごま) 幼児牛乳
5	火							ご飯 バーベキューチキン ブロッコリーのごま和え わかめと玉ねぎのみそ汁	米 鶏肉・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 ブロッコリー・コーン・ごま・醤油 わかめ・玉ねぎ・みそ・だし	木葉 せんべい 牛乳	ミニゼリー	ぱりんこ 幼児牛乳	21	木
6	水	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草の磯和え 豆腐としめじのみそ汁	米 豚肉・土生姜・もやし・玉ねぎ・りんご・酒・みりん・醤油・油 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油 豆腐・玉ねぎ・しめじ・みそ・だし	米粉ロール クッキー 牛乳	もも缶	ハーベスト 幼児牛乳	22	金	ちゃんぽん麺 エビシユウマイ 千切大根ののりごま和え	中華そば・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・もやし・人参・干し椎茸・豆乳・みそ・鶏ガラ・塩・スキムミルク・油 玉ねぎ・魚肉すり身・卵白・大豆たん白・豚脂・えび・豆腐・えびエキス・醤油・えびパウ ダー・ほたてエキス・オイスターソース・塩・砂糖・小麦粉・香辛料 千切大根・人参・キャベツ・醤油・マヨネーズ・刻みのり・ごま	ベジタブル せんべい 牛乳	みかん缶	ふわっと えび味 幼児牛乳	
7	木	親子あんかけうどん さつま芋のレモン煮 三度豆のおかか和え	うどん・鶏肉・うす揚げ・玉ねぎ・細ねぎ・卵・だし・淡口醤油・みりん・片栗粉 さつま芋・砂糖・レモン汁・塩 三度豆・人参・おかか・醤油	紫芋チップ 牛乳	ヘビー ダノン	七草粥 (米・七草・ 大根葉あり・塩) 幼児牛乳	23	土	おにぎり(鮭・ごま塩) 炒り鶏2 小松菜としめじのおひたし(土曜)	米・鮭ピン・ごま塩 鶏肉・人参・ごぼう・三度豆・里芋・干し椎茸・板こんにゃく・砂糖・みりん・醤油・ごま油・だし 小松菜・しめじ・かつお節・濃口醤油・だし	紫芋チップ 牛乳	ミニゼリー	塩味せんべい 幼児牛乳	
8	金	ご飯 鯖の煮つけ 卵の花 なめこ玉ねぎのみそ汁	米 鯖・生姜・砂糖・酒・みりん・淡口醤油 おから・人参・干し椎茸・こんにゃく・ごぼう・砂糖・淡口醤油・みりん・酒・だし・油 なめこ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし	こめ棒くん 牛乳	みかん缶	ミレービスケット 幼児牛乳	25	月	ご飯 キャベツハンバーグ ブロッコリーの塩昆布和え クリームシチュー	米 豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・キャベツ・塩・パン粉・卵・こしょう・ケチャップ・ウスターソース ブロッコリー・塩昆布・ごま油 玉ねぎ・じゃが芋・人参・ほうれん草・クリームシチュー・スキムミルク	木葉 せんべい 牛乳	ミニゼリー	源氏パイ 幼児牛乳	
9	土	おにぎり(ゆかり・わかめ) 豚肉とキャベツのみそ炒め(土曜) 小松菜のおひたし(土曜)	米・ゆかり・混ぜるわかめ 豚肉・絹揚げ・キャベツ・人参・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・油 小松菜・コーン・淡口醤油・だし	おかか せんべい 牛乳	ミニゼリー	芋けんぴ 幼児牛乳	26	火	牛丼 ほうれん草のごま和え 青梗菜と人参のスープ	米・牛肉・玉ねぎ・人参・青ねぎ・淡口醤油・濃口醤油・砂糖・みりん・だし・片栗粉 ほうれん草・人参・ごま・醤油・だし 青梗菜・人参・鶏ガラスープ	ソフトな 塩せん 牛乳	キウイ	みかん 幼児牛乳	
11	月	成人の日						27	水	かやくご飯 鮭の塩麹焼き 千切大根とカニカマのサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	米・うす揚げ・人参・ささがきごぼう・しめじ・ひじき・こんにゃく・淡口醤油・酒・みりん・だし 鮭・塩麹 千切大根・カニカマ・きゅうり・コーン缶・黒ごま・醤油・マヨネーズ 豆腐・わかめ・ねぎ・みそ・だし	きなこ せんべい 牛乳	ブルーバリー ヨーグルト	星食べよ するめ(幼児) 幼児牛乳
12	火	ご飯 吉野煮 ブロッコリーの梅肉和え 豆腐と小松菜のすまし汁	米 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ごぼう・ちくわ・板こんにゃく・だし・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・片栗粉・油 ブロッコリー・豆苗・梅肉・ポン酢・おかか 豆腐・小松菜・醤油・だし	ミニわかめ ちゃん 牛乳	パイン缶	ポップコーン 幼児牛乳	28	木	ご飯 筑前煮 レタスののりサラダ はんぺんと三つ葉のすまし汁	米 鶏肉・人参・ごぼう・れんこん・ちくわ・こんにゃく・里芋・だし・砂糖・みりん・酒・濃口醤油・ごま油 レタス・じゃこ・刻みのり・濃口醤油・酢・油 はんぺん・三つ葉・醤油・だし	ふわふわ チップ 牛乳	パイン缶	麩のラスク (麩・バター・砂糖・ グラニュー糖) 幼児牛乳	
13	水	ご飯 家常豆腐 春雨サラダ 中華風コーンスープ	米 絹揚げ・豚肉・人参・ピーマン・干し椎茸・にんにく・しょうが・みそ・濃口醤油・砂糖・酒・油 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 コーンクリーム缶・卵・青ねぎ・鶏ガラ・片栗粉・塩	おさつて ボン 牛乳	スティック チーズ	もも缶ヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・ スキムミルク・砂糖) 幼児牛乳	29	金	あんかけそば ちくわの磯辺揚げ ほうれん草と人参のお浸し	中華そば・豚肉・むき海老・白菜・玉ねぎ・もやし・人参・しいたけ・ウェイパー・淡口醤油・片栗粉・ごま油 ちくわ・青のり・小麦粉・油 ほうれん草・人参・だし・醤油	 牛乳	ミニわかめ ちゃん ミニゼリー	ワッフル 幼児牛乳	
14	木	ビーフカレー キャベツとコーンのサラダ ほうれん草のスープ	米・牛肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・カレールウ・スキムミルク・油 キャベツ・コーン・あみえび・フレンチドレッシング ほうれん草・人参・鶏ガラ	きなこ せんべい 牛乳	オレンジ	アスパラガス 幼児牛乳	30	土	豚みそ丼2 野菜ゼリー	米・豚肉・糸こんにゃく・干しいたけ・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・片栗粉・ごま油 野菜ゼリー	野菜入り ソフトせん 牛乳		ぱりんこ 幼児牛乳	
15	金	あずきご飯 鰯の天ぷら れんこん入りきんぴらごぼう 麩と三つ葉のすまし汁	米・もち米・小豆・塩・ごま塩 鰯・小麦粉・塩・油 れんこん・ごぼう・人参・こんにゃく・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油・ごま油 麩・三つ葉・醤油・だし	ふわふわ チップ 牛乳	ミニゼリー	たべっ子どうぶつ チップスター(幼児) 幼児牛乳	今月の郷土料理は大阪府のかやくご飯です。米と一緒に野菜や肉などを炊き込む、炊き込みご飯の ことを大阪では“かやくご飯”と呼び、庶民の味として深く浸透しています。大阪で特に愛されて いる訳は冷えてもおいしく、具材が豊富でおかずがなくてもいいこと、残りの野菜を使って無駄な く作れることなど大阪人の気質に合うからといわれています♪							
16	土	豚ひき肉の春雨丼(土曜) りんごゼリー	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・鶏ガラスープ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 りんごゼリー	ひじき あられ 牛乳		ぼたぼた焼き 幼児牛乳	※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1~2歳児のみの提供です。 ※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。							